

SOLEIL MALIN

COMMENT CHOISIR UN PRODUIT SOLAIRE ? SUIVEZ LE GUIDE !



Déterminez votre type de peau



Sujet extrêmement sensible au soleil – peau de type 1 : sujet à peau blanche laiteuse, généralement cheveux roux ou blonds clairs, taches de rousseur abondantes, sujet prenant toujours des coups de soleil lors de l'exposition au soleil, aucune aptitude au bronzage et/ou antécédents de cancers cutanés.
Attention : sans protection, un coup de soleil peut survenir après 5 à 10 minutes d'exposition.



Sujet sensible au soleil – peau de type 2 : sujet à peau claire, généralement cheveux blonds à châtains clairs, souvent quelques taches de rousseur, sujet prenant souvent des coups de soleil lors de l'exposition au soleil, mais pouvant avoir un hâle léger.
Attention : sans protection, un coup de soleil peut survenir après 10 à 20 minutes d'exposition.



Sujet à peau intermédiaire – peau de type 3 : sujet à peau claire, cheveux blonds foncés, châtains ou bruns, généralement pas de taches de rousseur, peau peu sujette au coup de soleil, bronzant facilement.
Attention : sans protection, un coup de soleil peut survenir après 20 à 30 minutes d'exposition.



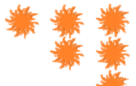
Sujet à peau assez résistante – peau de type 4 : sujet à peau mate, cheveux bruns à noir, coup de soleil rare, bronzant très facilement.
Attention : sans protection, un coup de soleil peut survenir après 30 à 45 minutes d'exposition.



Les bébés ne doivent jamais être exposés directement au soleil.

Enfants de plus d'un an :
Les enfants ne doivent jamais être exposés directement au soleil sans être protégés par des vêtements et accessoires appropriés et des produits solaires adaptés.
En conditions extrêmes, toute exposition au soleil doit être évitée. Si cela est impossible, utilisez un produit offrant une très haute protection.
Attention : sans protection, un coup de soleil peut survenir après 5 à 10 minutes d'exposition.

2 *Evaluez les conditions d'ensoleillement*



Exposition extrême (glaciers, tropiques, etc.)
Exposition importante (plages, activités extérieures de longue durée, etc.)
Exposition modérée (ciel nuageux, début de matinée, fin d'après-midi)



Choisissez la classe de protection adéquate

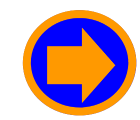
Enfants de plus d'un an	HAUTE PROTECTION SPF 30 - 50 + UVA	TRÈS HAUTE PROTECTION SPF 50+ + UVA	Eviter si possible toute exposition directe au soleil Si c'est impossible : TRÈS HAUTE PROTECTION SPF 50+ + UVA
Type de peau 1	HAUTE PROTECTION SPF 30 - 50 + UVA	TRÈS HAUTE PROTECTION SPF 50+ + UVA	TRÈS HAUTE PROTECTION SPF 50+ + UVA
Type de peau 2	PROTECTION MOYENNE SPF 15 - 25 + UVA	HAUTE PROTECTION SPF 30 - 50 + UVA	TRÈS HAUTE PROTECTION SPF 50+ + UVA
Type de peau 3	FAIBLE PROTECTION SPF 6 - 10 + UVA	PROTECTION MOYENNE SPF 15 - 25 + UVA	HAUTE PROTECTION SPF 30 - 50 + UVA
Type de peau 4	FAIBLE PROTECTION SPF 6 - 10 + UVA	PROTECTION MOYENNE SPF 15 - 25 + UVA	PROTECTION MOYENNE SPF 15 - 25 + UVA

Consultez www.soleilmalin.be



SOLEIL MALIN

Quelles précautions prendre ?
Comment bien utiliser vos produits solaires ?



Principes de base pour préserver votre santé



Evitez la surexposition et les coups de soleil



Evitez le soleil quand il est au zénith



Portez des vêtements et des accessoires protecteurs



Les bébés de moins d'un an doivent rester à l'ombre

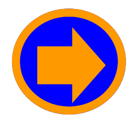


Les enfants au soleil doivent être protégés par des vêtements, des accessoires et des produits solaires



Vos enfants sont précieux, protégez-les !

Les enfants sont particulièrement sensibles au soleil. Ils sont en plein développement et leur peau est plus fine et plus sensible que celle des adultes. Les expositions prolongées et les coups de soleil fréquents dans l'enfance ont une incidence sur le développement des cancers de la peau bien des années plus tard. Il faut donc protéger spécialement les bébés, les jeunes enfants et les adolescents.
Les bébés de moins d'un an devraient toujours rester à l'ombre.



Produits solaires : mode d'emploi



Associez d'autres moyens de protection aux produits solaires



Les produits solaires ne doivent pas servir à prolonger l'exposition



Choisissez un produit solaire adapté à votre type de peau et aux conditions d'exposition



Choisissez un produit solaire qui protège contre les UVB et contre les UVA



Appliquez votre produit solaire généreusement



Renouvelez fréquemment l'application du produit solaire

Consultez www.soleilmalin.be